天气渐凉 秋蚊子“发威”

疾控部门提醒:注意防蚊叮咬 减少疾病传播

本报讯 (记者**刘婧**) 入秋后,天气渐渐转凉,人们发现楼道里和室内的蚊子多了起来,蚊子叮人甚至比夏天更厉害。秋蚊子为何“发威”?昨日,市疾控中心专家提醒,秋季蚊子会大量储存过冬的营养,“拼命”叮人吸血,市民须注意防蚊灭蚊,以减少疾病传播。

“每到下午五点以后,楼道内的天花板上就会聚集许多蚊子,看着挺吓人的。”家住山阳区卫生局小区的赵小云说。最近,许多小区居民都会在楼道内的天花板上看到秋蚊子聚集的情景。

不仅如此,许多市民还发现自己家中的蚊子比夏季更多了,而且更加凶猛。

就这一现象,市疾控中心消杀科副科长梁森说,蚊子有产卵过冬和成蚊过冬两种形式,过冬需要储备大量的能量,为了进行产卵、越冬,雌蚊会大量吸血,所以咬起人来更加凶狠,而在夏季不进屋的雄蚊在秋天也会飞进屋里。

“到了秋天,室外温度下降,室内温度相对较高,蚊子通过窗纱、门帘上的缝隙拼命向室内钻,大家俗称的小花脚蚊子更容易进入室内。”梁森说,“被这种蚊子叮咬后皮肤会奇痒难忍,甚至会有疼痛的感觉。”

长假期间,许多市民对家里进行了一次大扫除,夏季穿的衣服和使用的蚊帐被统统收了起来。对此,梁森提醒市民,最好再多用一个月的蚊帐。根据以往的监测经验推测,我市10月底蚊子会明显减少,11月初就很少见到蚊子的踪迹了。

据了解,蚊子传播疾病有80余种,可传播登革热、疟疾、黄热病、丝虫病、日本脑炎及西尼罗河热等人兽共患病。

从预防来说,梁森提醒市民,一定要搞好家居周围的环境卫生,清除各种积水,消灭蚊虫的滋生环境,修补窗纱、门帘上的缝隙、漏洞。

虫卵的环境适应性和生存能力很强,细小的积水就可以滋生出许多幼虫。要经常检查家里的水盆、花盆里是不是有积水,厕所下水道的排水口一定要盖上盖子。相关单位也可以根据情况在小区和办公楼的雨水井、集水井、下水道、阴沟投放药物,不给蚊子留下生存空间。

缴纳社会养老保险有哪些好处

本报记者 杜 玲
本报通讯员 王 鑫

最近,有不少市民质疑养老保险制度,觉得缴纳社会养老保险与参加商业保险差不多,并且缴得越多越不划算。还有市民提出,国家规定社会养老保险最低缴费年限为15年,那么,如果从45岁开始缴费,缴费15年到退休时领取养老金最划算。事实是否如此?近日,记者专程走访了市社会保险事业管理局养老保险专业人士,为您解开疑惑。

社会养老保险抗风险能力强

缴纳社会养老保险与参加商业保险的差别在哪里?市社会保险事业管理局局长杨乐意说,从提供保障的主体来看,社会养老保险由国家主办,显然其信用水平比保险公司提供的商业保险更高。从基金的规模来看,由于社会养老保险具有强制性,保费通常是个人、企业和政府三方共同负担的,参保范围大,其基金筹措规模要比商业保险更大、抗风险能力更强。从投入产出比来看,社会养老保险具有普惠性,并且承担着调节收入差距的任务,所以即便按照最低缴费比例来缴纳社会养老保险,退休金也不会比按照最高水平缴纳的人低很多。值得一提的是,各级财政对社会养老保险的补贴不断提高。就我市而言,已经连续8年提高基本养老保险的待遇水平,年均涨幅超过10%,而商业养老保险则要投保人自己承担保险金贬值的风险。

养老保险缴纳越多待遇越高

很多人参加社会养老保险,缴够最低年限15年后,就不愿意再缴了,认为缴得越多越吃亏。对此,杨乐意表示,社会养老保险无论是企业职工养老保险还是城乡居民养老保险,缴费水平与待遇水平存在正比关系,即“多缴多得,长缴多得”。缴费基数越高,缴费年限越长,相应的待遇也就越高,这是社会养老保险必须遵循的一个基本原则。以企业职工基本养老保险为例,养老金由个人账户养老金和基础养老金两部分组成,缴满15年后,每多缴一年,计发基础养老金待遇时会相应提高一个百分点。个人账户部分是由个人缴费组成的,账户余额越多,退休时这部分养老金越高,就算个人账户里的钱发完了,只要参保人健在,国家仍然会按照以往标准继续发放。并且国家在调整养老金水平时以初始养老金为基础,与缴费年限挂钩,显然,多缴费、长缴费待遇就更高。

参加城乡居民养老保险很划算

有人说,城乡居民养老保险待遇太差,是“撒胡椒面”,不值得参加。杨乐意说,这种说法太片面。与企业职工养老保险不同,城乡居民社会养老保险基金主要由个人缴费、政府补贴、集体补助构成。对当年参保缴费人员,财政给予每人每年补贴30元,集体补助由村集体根据自身情况民主商议决定。参保者在年满60周岁且缴费不少于15年的情况下可以按月领取养老金。其中,在城乡居民社会养老保险制度实施时,已年满60周岁、未享受职工基本养老保险待遇以及国家规定的其他养老保险待遇的,不用缴费便可按月领取70~80元的基础养老金。也就是说,这是国家白给的。

从收益率上讲,参加城乡居民养老保险是相当划算的。例如,山阳区一名城镇居民现年45周岁,如果参加城乡居民养老保险,按最低缴费档次100元/年缴满15年,投入总额是1500元,退休后可按月领取93.05元的退休金,每年领取计1116.60元,按目前人均寿命75岁计算,15年共可领取16749元,是投入金额的11.166倍。其他县市区情况与山阳区类似。

工商部门发布第三季度消费警示

家电、食品、日用百货成投诉热点

本报讯 (记者**李冬露**) 市工商系统12315指挥中心日前发布了第三季度消费警示,家用电子电器、食品、日用百货等成为投诉热点。

第三季度,全市各级工商行政管理机关共受理消费者咨询1843件,共受理消费者投诉160件,已处理投诉156件,成功调解154件,为消费者挽回经济损失7.47万元。

家用电子电器类投诉较多,其中手机质量的投诉占到近一半,主要是非正常关机、显示屏异常、按键失灵、主板故障、电池质量差等问题。同时,暑期学生购买计算机的增多,投诉也随之增多,主要存在的问题是无法开机、经常死机、硬盘无法读取数据、液晶显示器出现偏色等。另外,一些流动摊贩经常到城乡接合部推销一些电磁炉、电热水器等电子产品,他们打着厂家直销的幌子经销一些不合格产品,价格往往比商场的便宜很多,消费者购买后出现质量问题时已经找不到他们,无法维权。

烟酒饮料食品的申诉中,消费者对牛奶及其制品的投诉较多,主要是过期、变质、涨袋等问题。另外,肉及肉制品、酒类、水果以及儿童食品、保健食品等也是消费者投诉的热点,还有一些食品标识不规范,部分食品中含有异物,尤其是散装食品在放置、保存等方面存在安全隐患。

日用百货投诉中家具、小五金投诉有增多趋势。家具主要是运输途中出现磕碰现象,一些商家不能妥善解决,另外就是有些家具达不到环保要求,消费者感觉有异味,商家不给调换;小五金中门锁、合页、水龙头等的投诉较多,消费者莫贪图便宜购买没有产品合格证、厂名、厂址的小五金。

电信服务的投诉占到服务消费总量的一半多,主要存在的问题是消费者在办理固话、宽带包年业务时被强制附带联通卡。广大消费者在办理话费缴纳业务时要耐心和业务员沟通,详细了解资费方面的业务类型,选择有利于自己的缴费方式。如果业务员有误导或强制现象,可以及时到消协投诉或到工商部门申诉。否则,手续一旦办理就无法取消。

12315 消费警示

近日,孟州市在市直机关党员干部中开展了“喜迎十八大”党员志愿者服务活动,由卫生、交通、电力、司法、工商等部门的共产党员组成的党员志愿者服务队走上街头,为市民答疑解惑、开展健康体检等。图为该市卫生系统的年轻党员在街头为市民义诊。

本报记者 **杨 帆**
本报通讯员 **贾黎明 梁 怡** 摄

户外采摘体验别样乐趣

本报记者 杜 玲

十一长假期间,户外果园采摘游受市民热捧。许多市民来到市区近郊的果园,呼吸新鲜空气,感受田园风光,享受采摘乐趣。

10月6日一大早,70岁的郑哲带着孙子、孙女来到修武县七贤镇西涧村云台人家果业专业合作社的果树种植基地,采摘葡萄,感受劳动快乐。“平时学习很紧张,这次放假和爷爷、弟弟一起来摘葡萄,非常开心。”郑哲的孙女蒙蒙高兴地说。

郑哲说,平时没时间带孩子们出来玩,趁着十一长假带孩子们来到农田,让孩子们看看丰收的景象。

和郑哲家一样,不少市民长假期间来到户外,感受秋日丰收的喜悦。络绎不绝的游客也让果园老板乐开了怀,这几天的收入是果农们平常收入的三四倍。

武陟县大虹桥乡八里岗村果农赵焕晨今年种植了30亩晚秋冰糖梨,由于管理到位,今年获得了大丰收。10月4日,记者看到,一棵棵梨树硕果盈枝,又大又圆的梨子压弯了枝头,很多游客带着孩子采摘果子。树荫下,果农们忙着把一个个硕大的晚秋冰糖梨装入箱子,绿色、无公害,口感、色泽上乘的果实吸引了众多客商上门采购。

赵焕晨介绍,他的梨园共有梨树5100多棵,按照今年的产量,每亩梨树能收获果实2500多公斤。而且,种植方面采取生物杀虫剂和植物杀虫剂相结合的办法,对果实没有任何污染,施肥用的是农家肥,果实品质有很大提高。

Life 生活服务区

考试信息

招标师职业水平考试20日起开考

昨日,记者从市人力资源和社会保障局相关部门了解到,今年的招标师职业水平考试20日起开始进行考试。

据了解,此次招标师职业水平考试的具体时间为10月20日、21日。考试科目有招标采购法律法规与政策、项目管理与招标采购、招标采购专业实务和招标采购案例分析等。考生应考时,别忘记携带身份证、准考证、黑色墨水笔、2B铅笔、橡皮和无声无文本编辑功能的计算器等。

据悉,考生从10月15日起可以登录河南人事考试网,进入“网上报名”自行打印准考证。

许明霞

温馨提示

儿童慎用仿瓷餐具盛热饭

仿瓷餐具因为耐摔且印有卡通图案,能让孩子乖乖吃饭,从而受到不少年轻父母的青睐,许多家长用这种餐具为孩子盛装热饭、热菜。然而,这样做对孩子的健康有害。

市第五人民医院儿科主任王仕奎提醒家长朋友,要慎用仿瓷餐具给儿童盛热饭。仿瓷餐具多为美耐皿制品,虽然耐酸碱,耐热温度为30℃至120℃,但如果在生产加工过程中原料不良,或者在制造过程中压力或温度条件不佳,都会影响美耐皿餐具的质量。用质量不好的美耐皿餐具盛热饭,就有可能溶出三聚氰胺或甲醛等有毒物质,危害人体健康。

许明霞

健康提醒

“三多”有助抵御秋乏

寒露时节,很多人都会有懒洋洋的疲劳感,也就是秋乏。营养专家提示,保证充足睡眠、最好比平常多睡一个小时,多食碱性食物和适当多运动可驱秋乏。

寒露时节,秋高气爽,气候宜人,许多人都会感到四肢无力,懒动懒言,睡眼蒙眬,干什么都提不起精神来。为什么人们会有这样的感觉呢?天津中医药大学第一附属医院营养科主任李艳玲说,这是因为在炎热的夏季,人的皮肤湿度和体温升高,由于大量出汗使水盐代谢失调,肠胃功能弱化,心血管和神经系统负担增加,再加上得不到充足的睡眠和舒适的环境调节,人体过度消耗了能量,失去了较多的“老本”。

进入秋季后,人们身体出汗明显减少,人的机体也进入休整阶段,水盐代谢功能开始恢复平衡,消化系统功能也日渐正常,然而此时人们的身体却有一种说不出来的疲惫感,这就是人们常说的秋乏。

当一个人缺乏旺盛的活力时,势必影响工作和生活。那么如何克服秋乏呢?许多人误认为可以用不动或多睡来克服,这不是消除秋乏的方法。相反,会越睡越困。李艳玲说,克服秋乏应该从调节人体节律入手,在日常起居作息上作针对性的合理调整,包括起卧、饮食和运动等。

其中,睡眠要充足,最好比平常多睡一个小时,以适应秋乏;多吃些含维生素的碱性食物,如西红柿、茄子、柑橘、柿子、马铃薯、葡萄和梨等,这些食物的代谢物能中和肌肉疲劳时产生的酸性物质,能使人体尽快消除疲劳;秋季天气舒适,适合户外活动,打打球、练练拳、跳跳舞等,都有助于摆脱秋乏困扰。

新 华

一路走来一路歌

——记许衡实验学校政教处副主任孙燕

10年前他毅然辞去北大附中河南分校月薪4000元的高薪职位,来到许衡中学做一名普通的微机教师;2006年至今,他先后荣获“国家优秀辅导教师”、“市骨干教师”、“市先进教育工作者”、“市教育科研先进工作者”、“市课件制作优秀教员”等称号;他潜心钻研网页设计,获得“网通杯”全国青少年网页设计大赛一等奖;他辅导的学生有30多人在国家、省、市举办的计算机比赛中获得大奖;他撰写的《信息技术下课堂模式探究》、《多媒体技术与课堂整合略谈》等十几篇论文获得省市级论文评比一等奖;短短两年,他在政教处副主任这个岗位上成了教师们的贴心人。他,就是许衡实验学校政教处副主任孙燕。

到许衡中学后,他一方面虚心向各位教师学习,另一方面潜下心来研究教学,连续多年组织了学校的科技创新大赛。授课之余,他每天利用第二课堂活动时间带自己的兴趣小组学习,有时还利用星期天、节假日开放微机房。几年来,他辅导的学生多次获得全国中小学电脑制作活动一等奖。

2010年8月,他以自己良好的工作业绩通过中层竞聘成为政教处副主任,9月到新成立的许衡实验学校全面主持政教处工作。

面对独生子女、离异家庭子女和留守儿童等伴随而来的各种教育管理问题,他硬是在短短10多天时间里制订一份14万字涵盖36条子制度的学生管理方案。他从养成习惯教育入手,实行“两线辅两翼”考核,涵盖学生管理的方方面面,从学情调查到理论依据到落实办法到考核措施,不仅科学合理,而且实用、便于操作落实。

针对班主任管理工作,他“约法三章”,即一要以身示范,二要为班主任服务,三要换位思考,让政教处成了班主任温暖而坚实的后盾。

踏实工作,热情待人,孙燕一路走来,汗水与成绩并存,欢歌与赞语齐飞。⑨

弘扬八种风气 打造一流队伍

天下名胜 “醉”美净影——海河源头

海河是中国华北地区的最大水系,是中国七大河流之一,是中华民族的文明之河。海河水系有永定河、大清河、子牙河、漳卫南运河等4条河流,这4条河流均在天津市以西先后汇合,然后汇入海河干流。海河以卫河为源,全长1090公里。海河流经的地区西起太行山、东临渤海、北跨燕山、南界黄河,主要是河北省的大部分以及河南北部地区,占全流域面积的50%以上。我国北方最重要的两座直辖市北京市和天津市分别坐落在海河流域东北部。海河流域还包括山东北部以及山西、内蒙古等省、区的一部分。海河水系地跨京、津、冀、晋、鲁、豫、辽、内蒙古八省区。

卫河是海河之源,也是漳卫南运河的主体部分,这是史料中有诸多文字记载的。而净影峡谷是卫河的发源地,则显得鲜为人知了。其实,净影峡谷是卫河最上游真正的发源地,是卫河水系最主要的源头。从这个角度讲,净影峡谷当然也是天津海河的发源地之一。

那么,卫河究竟是怎么一条河呢?卫河汉称白沟、隋称永济渠、宋曰御河、明称卫漕,清代因该河发源于春秋卫地,终止于天津卫,取其首末两端卫字而名之曰“卫河”,一直沿用至今。

从历史上来说,春秋战国以前并无卫河,由于汉堤的修建(“汉堤”亦称太行堤、古阳堤,是当时起自武陟县,经获嘉、新乡、延津、汲县、浚县到滑县的古黄河北大堤),阻断了太行山净影峡谷西侧的丹水以及淇水之间诸路山水直接入黄的通道,迫使这些大小水流汇聚在一起,沿汉堤东流而逐渐成一条大河,成为卫河的雏形。而现在的卫河干流是经过多次人工开挖而逐渐形成的。

汉献帝建安9年(公元204年)曹操为北征袁尚,兴建了以运送军粮为主要功能的白沟水运工程。主要工程有三项:(1)在淇水入黄河的地方,用大方枋木筑成堰,阻止淇水南流入黄河,并在淇水中开渠引淇水向东北流,与宛水汇合而入白沟;(2)在元莆城(今淇县北)西北宛水与淇水连接的地方修筑石坝,使淇水在枯水时期不致因分流入宛水而影响白沟通航;(3)在宛水与禹河故道相接的宿胥口(今滑县西南)修筑石堰,使淇水全部向东北流入白沟,不致南出宿胥口进入黄河。由于采取了这些综合技术措施,保证了白沟能从淇水获得丰富的水量,提高了通航能力。这个工程说明早在1700多年前,卫河主题已经形成。

建安11年(公元206年),曹操又命董昭开挖了平虏渠,沟通了副滹沱河与泒水,其河道在今青县以东,位置在南运河侧,即今南运河的前身。

建安18年(公元213年),曹操又凿利漕渠,引漳水入白沟,并使白沟、清河和河北诸水联成水运网,使白沟水运工程又向下游延伸和扩建,为以后永济渠的开挖奠定了基础。这些史实说明,曹操在开发卫河中功不可没。

隋代,出于政治经济的需要,急需扩大南北经济交流,隋炀帝下令开凿大运河。大业元年(公元605年),首先开凿了黄河、淮河间的通济渠;大业4年(公元608年)隋炀帝征集河北100多万劳动力,开挖永济渠,从沁水至汲郡长约1000km,这就是永济渠。永济渠是大运河连接黄河和海河流域的一段,利用沁水、淇水、白沟等水道,南通黄河,顺黄河可达洛阳,入渭水能抵长安,向北可达涿郡(今北京西南郊外)。

1000km长的永济渠大体走向就是今卫河、卫运河、南运河行径。当时规模很大,水面宽33.3m,它把海河流域与中原地区连接在了一起。但中唐以后,安史之乱爆发(公元755年),“漕运路绝”。进入五代之后,战争纷乱,永济渠已不见史籍记载。到后周世宗显德6年(公元959年),才疏浚永济渠。这时永济渠的水源,上游只有辉县的百泉和发源于南太行的大沙河,永济渠已名存实亡。北宋之后,将永济渠更名为御河,后经多次改造,形成目前的卫河。

关于卫河的发源,业界曾有三种说法。一说发源于河南省博爱县皂角村,这里是原运粮河的起源处。历史上的运粮河由此东北汇合新河、沙河、门河、洪水河至合河镇与卫河相接,这是按“河源唯远”的观点而定的卫河河源。后来,随着运粮河的改道,这种观点已成为史话。

二说山西省陵川县的夺火镇。夺火在陵川县城南35km处,原名铎壑,因春秋时为铎遏父的封邑而得名,后讹传,演变为夺火,此处高山林立,沟壑比比,古为永和隘,是陵川通往河南的咽喉,也是净影峡谷的所在区域。运粮河改道以后,卫河上游的主要干流为大沙河。而大沙河的河源在河南焦作北部的太行山中,净影峡谷正是大沙河上游的发源地。

三说河南辉县百泉为卫河之源。其实百泉只是卫河上游的一个源头,而卫河之所以流域广大,主要是由于山区支流繁多,左岸较大支流有大沙河、峪河、黄水河、沧河、思德河、洪河、汤河、羑河、安阳河等,右岸有东、西孟姜女河、大狮涝河等。其中大沙河是卫河的最大最上游支流,属太行山中山泉汇聚的天然河道,发源于山西省陵川县夺火镇,流经博爱、焦作、武陟、获嘉、辉县,经新乡县西北注入解放后新建的共产主义渠。

大沙河上游处于崇山峻岭之中,坡陡、水急,建国前又无固定河槽,所以历史上灾害频繁。建国后,焦作人民多次治理,并在上游的太行山中修建了规模宏大的群英水库,让大沙河变成了一条防洪益民的渠道。而群英水库的上游,正是净影峡谷。其次,从卫河的所有支流来看,卫河显然不可能仅仅发源于百泉,因为这些支流都处在百泉的上游,而发源于净影峡谷的大沙河是卫河的第一个支流,理应成为卫河的真正源头,当然也是天津海河的重要源头。⑨

(净影公司供稿)

公 告

根据《中华人民共和国劳动合同法》第四十四条第一款规定,焦作中裕燃气有限公司决定自2011年1月1日起与靳军终止劳动合同关系,请靳军在本公告见报之日起15日内到公司人力资源部办理相关手续。逾期不办理,相关责任自负。

特此公告。

焦作中裕燃气有限公司

2012年10月9日